LE RESSORT - Tableau des activités 2026-2027

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
08H00				DIÉTÉTIQUE NUTRITION ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE Béatrice RAIBAUT BIANCHERI (3e jeudi du mois de 8h à 13h)		
09H00	MASSAGE FACIAL KOBIDO Laurence NASLES 1 fois par mois sur RDV (séance 1h30)				SHIATSU Valerie MAZELLIER (de 8 h 30 à 10 h 30) 1 fois par mois	
10H00		SOPHROLOGIE Isabelle TOCHE (1 semaine sur 2 de 10h30 à 11h30)				
11H00	MASSAGE FACIAL KOBIDO Laurence NASLES 1 fois par mois sur RDV (séance 1h30)				AUTO MASSAGE Valérie MAZELLIER (de 11h à 12h) 1 fois par mois	
12H00			RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE Sophie LECLERE (12h30 à 16h30) 1 fois par mois			
13H00						
14H00	BALADE NORDIQUE ATTITUDE Patricia et Jean-Claude THEOLAS (14h à 16h30)			RENCONTRES ÉQUESTRES Écuries Saint Christophe (1 jeudi par mois)		YOGA DU RIRE Bruno de Preneuf (1 samedi tous les 3 mois de 14h30 à 16h)
15H00		TAM KHI THÉ Taï Chi et Qi Jong Jean-Michel PERES (15h à 16h) chaque semaine	AUTO - HYPNOSE Laetizia JOUY (1 mercredi /mois de 15h à 17h)	HARMONIE ET COMBATIVITÉ Cristel HARRY (2fois par mois de 15 à 16h)	YOGA SANTÉ Christian VACQUIE (14h30 à 16h00) chaque semaine	TOUCHER THÉRAPEUTIQUE - MASSAGE BIEN ÊTRE EN INDIVIDUEL Nicole POMPON (1 fois par mois le 3e samedi du mois) Séance de 1h
16H00						
17H00	GROUPE DE PAROLE Janou PICHON (1 lundi par mois de 16h30 à 17h45)		ATELIER CRÉATIF BIBLIOTHÈQUE -ESPACE DÉTENTE (2 fois par mois de 17h à 18h30)	MENAGE	MÉDITATION EN PLEINE CONSCIENCE Christian VACQUIE (16h00 à 17h00)	
18H00	GROUPE DE PAROLE POUR ASSOCIÉS Janou PICHON (1 lundi par mois de 17h45 à 18h45)					
19H00						

Cours individuels

cours collectifs

Activités extérieures

Activités autres

Accueil Sabine

Association W833003174

Maj 09/2026